

ANA MARIA CARRILLO

Leche materna: algo más que alimento. Ventajas de la lactancia natural

El amamantamiento ofrece una gran cantidad de ventajas prácticas, económicas, nutricionales, inmunológicas, antiinfecciosas, fisiológicas y psicológicas, tanto para la madre como para el niño.

Esto es así pues la leche humana (como de cualquier otro mamífero) es después de milenios de adaptación selectiva, particularmente específica para los recién nacidos de su especie. (1).

Resulta lógico suponer que en la leche de cada uno de los 4.237 mamíferos existentes (incluyendo al murciélago volador, a monotremas como el ornitorrinco que nace de un huevo, a los mamíferos acuáticos como el delfín, a los marsupiales como el canguro, y al ser humano capaz de pensar) hay tantas diferencias como las hay entre ellos mismos.

Ventajas prácticas

Disponibilidad inmediata. Temperatura ideal.

La leche materna no necesita ser preparada. Está siempre disponible cuando el pequeño la demanda, y a una temperatura constante que es la del cuerpo (37°C).

Todo esto es beneficioso para la madre que no tiene que levantarse a media noche a preparar y calentar la leche artificial, ni medir onzas o lavar botellas y que puede, en cambio, viajar o movilizarse con su hijo sin temor al agua contaminada o a la escasez de alimento.

La lactancia natural es particularmente conveniente en situaciones de (desastres naturales o causados por el hombre) como terremotos, huracanes o guerras, en las que el aprovisionamiento de leche artificial no es posible (3).

Para el niño

El niño se beneficia de estos aspectos prácticos del amamantamiento, porque no tiene que esperar para que su necesidad de ser alimentado sea satisfecha, lo que favorece su bienestar, seguridad y autoestima.

Ventajas económicas

Ahorros sustantivos para la nación. Para los países, un retorno a la lactancia natural supondría el ahorro de millones de dólares que actualmente se destinan a la compra de leche artificial para niños; generalmente importada.

También representaría un ahorro por el menor número de casos de enfermedades infecciosas que se presentarían.

Para los consumidores

Al interior de las familias también implicaría un ahorro importante.

Las familias pobres que gastan entre el 60 y el 100% de sus ingresos en alimentos no pueden comprar una leche especial para la infancia, y cuando lo hacen, tienden a sobrediluirarla en agua, con el consiguiente deterioro de la salud física y mental de los infantes (4).

Tanto a nivel nacional como familiar, la lactancia natural permite evitar el despilfarro de un recurso natural irremplazable.

Ventajas nutricionales

Para el niño. Dieta correcta. Especificidad de la leche humana.



La leche humana es vista en primer lugar como alimento ya que éste es su papel primordial.

Idealmente la dieta del recién nacido debería consistir exclusivamente en la leche de su madre, durante su primera etapa de crecimiento y desarrollo extrauterino.

Para ser satisfactoria, desde el punto de vista biológico, la dieta debe ser correcta, suficiente, equilibrada e inocua; es decir, necesita tener todos los nutrientes indispensables, en las cantidades requeridas y en las proporciones apropiadas, además de no contener sustancias indeseables o contenerlas en muy pequeña cantidad (5).

Ninguna leche en polvo puede pretender que cubra estos requisitos, a diferencia de la leche humana que sí lo hace y, por ello, se reconoce como el alimento ideal para el recién nacido (6).

En ella hay más de 100 componentes presentes en proporciones y composición química totalmente diferentes de la composición química, también compleja de la leche de otros mamíferos.

Así, la leche de la ballena azul contiene 50% de lípidos, necesarios para que sus crías soporten el frío del Mar Artico; mientras que en la leche de las elefantes el contenido de lípidos es de sólo 20% (7).

La leche de la coneja cuyas crías doblan a los 6 días su tamaño al nacimiento, contiene entre 10 y 12% de proteínas; mientras que la de la yegua cuyas crías lo hacen a los 60 días, contiene únicamente 2% de proteína (8).

En la leche humana hay todo lo que el niño necesita, excepto vitamina D, la cual se obtiene con la exposición al sol (9).

Por otro lado, ella proporciona ácidos grasos específicos y elevados niveles de cistina y lactosa, necesarios no sólo para el crecimiento de la primera infancia, sino también para el desarrollo del cerebro (10).

Si bien hay en ella bajas concentraciones de minerales (calcio, fósforo, sodio, potasio, cloro, hierro) esto es conveniente porque representa una carga pequeña para el hígado que es inmaduro.

Prevención de enfermedades relacionadas con la nutrición

La leche que se da al niño debe ser adecuada para su sistema digestivo aún inmaduro. Nuevamente la alimentación artificial no lo logra porque no se han desarrollado en el lactante menor los medios para digerir cualquier alimento que no sea la leche humana, incluyendo algunos ingredientes de los que se hacen las fórmulas.

Es importante subrayar que los alimentos que pasan por el sistema digestivo influirán en el desarrollo del mismo. Investigaciones dedicadas al estudio de colitis ulcerativa en pacientes adultos, han concluido que la alimentación artificial muy temprana predispone a esta enfermedad con el correr del tiempo (12).

Otro estudio realizado en Praga encontró que «las enfermedades del desarrollo» como la hipertensión y la úlcera gástrica, se dan con más frecuencia entre personas prematuramente destetadas (13).

Medida contra la obesidad

La lactancia materna contribuye a reducir las posibilidades de obesidad (14). No se sabe a ciencia cierta por qué ocurre esto. Una posible explicación es que la madre que alimenta con sucedáneos de leche materna, puede hacer que su hijo tome siempre un poco más de la leche que necesita o desea, en cambio, cuando es amamantado un niño toma exactamente la cantidad que quiere.

Otro factor en la obesidad infantil (problema cada vez más común) parece ser la lactación muy temprana, siendo ésta la causa por la que en varios países, como Cuba, se está hoy introduciendo sólidos a etapas menos tem-



pranas de lo que su antigua práctica pediátrica exigía (15).

También está relacionada con la actividad que el niño realiza, y los niños amamantados tienden a estar despiertos y alertas durante más tiempo.

Menor incidencia de caries dentales

La alimentación con botella en la noche es causa de caries dentales, pues hay presencia en los dientes de líquidos enriquecidos con carbohidratos.

Preece encontró entre 0% y 0,4% de caries dentales en tribus africanas aisladas, y 0% en aborígenes australianos. No dejó él de considerar que en estos grupos la regla es el amamantamiento por largos periodos. Por otro lado, encontró 47,5% de caries dentales en Europa, donde la alimentación es, básicamente artificial (16).

Claro que existen otros factores asociados a las caries dentales, como la dieta de la mujer gestante y la del niño una vez que empieza su ablactación, que incluyen, muchas veces, alimentos refinados y procesados.

Hay, eso sí, en la leche de vaca, una alta cantidad de fluoruro que, quizá, ejerce un efecto protector contra las caries (17).

Menos casos de anemia

En los niños amamantados se presentan menos casos de anemia que en los niños que reciben leche procesada (18), por varias razones:

—La cantidad de hierro en la leche humana es pequeña, pero representa el doble de la cantidad de hierro que hay en la leche de vaca. Hay estudios que muestran los efectos de lo anterior en los niños, como el realizado por Harfouche, en el que se encontró que los niños alimentados exclusivamente con leche materna, tenían a los tres meses de vida un promedio más alto de hierro que los parcialmente amamantados o los destetados completamente (19).

—En la leche humana hay transferrina que, entre otras funciones, se encarga del transporte de hierro de la madre al infante (20).

—La vitamina E, necesaria para el correcto aprovechamiento del hierro, se encuentra en cantidades adecuadas en la leche humana, y no en los sucedáneos de la leche materna. Su deficiencia es causa de anemia hemolítica (21).

—La vitamina C, ayuda a prevenir la anemia, y hay dos veces más ácido ascórbico en la leche humana que en la de vaca (22).

La deficiencia de Cu también es causante de anemia y hay el triple de Cu en la primera que en la segunda (23).

La leche artificial también conduce a anemia por deficiencia de folato (24).

Menos reacciones alérgicas

Grandes cantidades de «proteína extraña» en etapas tempranas de la vida son causa de alergias, y pueden provocar sangrado gastrointestinal, y éste, a su vez, anemia (25).

La pared intestinal del niño pequeño es más permeable a la proteína extraña, por ejemplo de la leche de vaca (26).

Existe la hipótesis de que lo anterior pueda ser causa de algunas muertes repentinas (27).

Se habla de que más de la mitad de la humanidad presenta incompatibilidad a la leche de vaca, pues no puede metabolizar la lactosa y reacciona con algún tipo de alergia (28).

Kimball sostiene que los niños alimentados con leche artificial pueden tener hasta 7 veces más alergias que aquellos amamantados, y en el caso de que los padres tengan alergias, la incidencia es aún mayor (29).

Estudió él a 1.378 niños y encontró que hay una relación negativa entre el

tiempo de amamantamiento y las alergias. Dicho en otras palabras, los niños alimentados artificialmente tienen muchas más posibilidades de sufrirlas. Además, la incidencia de las alergias está íntimamente relacionada con el tiempo en que un niño es amamantado (30).

Por su parte Gerard sostiene que: hay más prevalencia de alergias en niños amamantados artificialmente; los niños amamantados presentan alergias a un alimento, se recuperan cuando dicho alimento se elimina de su dieta; los niños que sólo reciben leche humana y presentan alergias a un alimento que toma la madre, dejan de tener problemas cuando la madre elimina el alimento de su dieta, y los niños con gastroenteritis debida a alergias causadas por leche de vaca, sanan cuando reciben sólo leche materna (31).

Actualmente, debido a las alergias, muchos recién nacidos son alimentados con leche hecha a base de soya, pero ésta es nutricionalmente inferior, y puede, igualmente, causar alergias en niños muy sensibles.

Para la madre posibilidad de mejorar su condición

En ocasiones se argumenta que una madre desnutrida no debiera amamantar pues su leche no es adecuada ni en calidad, ni en cantidad.

En realidad, una madre que se encuentra en una fase aguda de desnutrición o, peor aún, de inanición, no está efectivamente, en condiciones de amamantar. Sin embargo, las mujeres desnutridas (hasta segundo grado de desnutrición) si pueden alimentar al pecho, y tanto el volumen como la composición de su leche son sorprendentemente buenos, seguramente en detrimento de sus propias reservas nutricionales. Hay en su leche, eso sí, cantidades ligeramente más bajas de lípidos, vitaminas solubles en agua, calcio y proteína (32).

La condición nutricional de la madre puede ser contrarrestada con un alimento nutritivo extra para ella. Proporcionárselo resultaría mucho más económico que alimentar a su hijo con leche artificial (33).

La Liga Mundial de la Leche y una serie de expertos en el mundo, sostienen que para un niño sano, nacido a término, cuya madre está bien nutrida, la leche de ésta puede serle suficiente como único alimento durante cerca de 6 meses.

En el caso de una madre desnutrida este tipo de alimentación exclusiva puede durar hasta los 5 ó 4 meses, dependiendo de la situación (34).

Por otro lado, la madre desnutrida que amamanta tiene un elemento a su favor contra la anemia y la fatiga, que es el mayor período de amenorrea a que se ve expuesta y que le ayuda a conservar sus reservas de hierro.

Ventajas inmunológicas y antiinfecciosas

—Menor mortalidad infantil.

Un amplio estudio realizado en Chile en 1973, indicó que, en condiciones de pobreza, la posibilidad de morir era tres veces mayor para un niño alimentado artificialmente, que para otro amamantado (35).

Aunque es difícil hacer cálculos exactos, de acuerdo a UNICEF, de los 10 millones de muertes de niños menores de 5 años que ocurren anualmente en los países subdesarrollados, más o menos un millón tiene como causa a la alimentación artificial (36).

Esto tiene que ver, en parte, con las condiciones de insalubridad que hay en grandes zonas de estos países, donde la cocina está formada por tres piedras, el agua tiene que traerse quizá desde 1 km. de distancia, y hay escasez de combustible.

Derrick Jelliffe, director del Instituto de Alimentación y Nutrición del Caribe, en Kingston, Jamaica, pedía a sus alumnos que preparasen un biberón limpio, en una vivienda de un suburbio pobre, con los elementos que tenían a su disposición. Nunca lo lograron.

En los países pobres la extraordinaria asociación de la enfermedad diarreica con el destete, ha conducido a la caracterización del síndrome denominado «diarrea del destete», por acción del ambiente altamente contaminado y el deterioro del estado nutricional (37).

Algunos autores sostienen que la alimentación artificial en este medio es como una sentencia de muerte para los niños.

Menor morbilidad infantil

Sin embargo, los casos de enfermedad por la falta de esterilidad. Así lo indican decenas de investigaciones, como una realizada en Inglaterra, en la que se comparó a niños amamantados con otros alimentos exclusivamente con métodos artificiales concluyendo

que los segundos tenían no sólo más desórdenes gastrointestinales, sino también más enfermedades de las vías respiratorias y otitis media. Encontraron también que las infecciones duraban más tiempo y que había una mortalidad mayor, incluso dentro de la misma clase social (38).

En poblaciones con saneamiento adecuado se demostró también que la incidencia de las otitis medias, episodios febriles de las vías respiratorias superiores y diarrea aguda, eran más frecuentes entre los pequeños alimentados con sucedáneos de leche materna (39).

Lo anterior se explica porque la leche de su madre proporciona al niño efectos protectores específicos, en lo que éste se ajusta a los riesgos (especialmente infecciones). Esto se ha reportado clínicamente por décadas; de hecho, desde el inicio de la alimentación artificial a fines del siglo pasado.

Según Mata y Wyatt los mecanismos del efecto beneficioso de la leche humana para que el niño resista a la infección, no están completamente aclarados, pero parecen deberse a anticuerpos específicos contra agentes infecciosos, factores capaces de estimular o inhibir ciertos microorganismos intestinales y factores antimicrobianos no específicos.

Veamos. Vía placentaria pasan de la madre a su hijo cantidades de Ig G (inmunoglobulina) que circula en la sangre y tiene una amplia variedad de anticuerpos contra virus, rickettsias, protozoos y antígenos H. de Salmonella, así como antitoxinas bacterianas.

La Ig G está también presente en la leche humana.

Pero la Ig A que contiene anticuerpos de todo tipo, que actúan como protectores en vías de entrada al organismo (boca, nariz y oídos, entre otros), no puede recibirla el niño sino a través de la leche de su madre.

La Ig A protege la superficie epitelial del intestino, hasta que los propios mecanismos inmunes del niño maduran (40).

Si bien la concentración de Ig A es especialmente alta en el calostro, estudios hechos con mujeres mayas mostraron que a un año de iniciada la lactancia, ésta era todavía muy alta (41).

La leche humana es rica, asimismo, en Ig M, Ig D, e Ig E, que tienen también diversos efectos protectores (42).

Se ha visto que durante el período intenso de amamantamiento, hay una alta resistencia a la infección por Shigella (43).

También que la mejor dieta para los niños con infección estafilocócica crónica es la leche materna, lo que se sabe desde principios de siglo (44).

Varios estudios han confirmado que los niños amamantados tienen una flora intestinal diferente a la de los niños alimentados artificialmente, siendo el factor bifido (carbohidrato que contiene N. descubierto por Gyorgy) el que la promueve (45).

Lisozima (un factor antimicrobiano no específico, 3.000 veces más alto en la leche humana que en la de vaca) quizá contribuya al desarrollo y mantenimiento de esta flora característica del niño amamantado (46).

Por medio del interferón (proteína que inhibe la multiplicación de muchos virus) la lactancia natural prolonga el período de inmunidad natural a muchas enfermedades variables como sarampión, paperas, polio, herpes, hepatitis, algunos tipos de neumonías y otras enfermedades respiratorias (47).

Gracias a la lactoferrina (compuesto que ejerce acción antimicrobiana fijando el hierro, y que, a diferencia de lo que pasa en la leche de vaca, se encuentra en grandes cantidades en la leche humana). Se evita la viabilidad de bacteria intestinal, especialmente *E. Coli* (48).

La transferrina que ya se decía, se encarga del transporte de hierro, evita también el crecimiento de bacterias dañinas en el tracto intestinal. Hay por ello, pocos problemas de diarrea en el niño alimentado con leche humana.

Ventajas fisiológicas

Para la madre, rapidez en el alumbramiento y prevención de hemorragias.

En respuesta al llanto de su hijo, la matriz de la madre se contrae fuertemente. Si, además, se pone al recién nacido a su pecho, inmediatamente después del nacimiento, él con su estimulación provoca la producción de ocitocina y, por tanto, el rápido desprendimiento y expulsión de la placenta, así como la prevención de hemorragias (49).

Involución del útero y pérdida del tejido adiposo

Por este mismo procedimiento, la lactancia natural ayuda más tarde a la involución del útero, es decir, a que éste vuelva a su tamaño normal, así a la pérdida del tejido adiposo que la mujer gestante acumuló durante el embarazo

(aunque esta pérdida de peso no es ventajosa para las mujeres desnutridas).

Infertilidad postparto

El amamantamiento si es un método natural de espaciamento entre los embarazos, como han mostrado estudios realizados en diversos países, los que concluyen que, en quienes destetan o complementan con sucedáneos de leche materna tempranamente, la reaparición de la menstruación se da también más rápidamente, y que la menstruación se presenta tardíamente entre las madres exclusivamente lactantes (50).

Estudios realizados entre esquimales han mostrado que el espaciamento de los hijos se debe al amamantamiento prolongado, y que mientras más se recurre a la alimentación artificial, menor es el espaciamento entre los embarazos (51).

Kippley Kippley encontraron que con amamantamiento total (sin horarios, complementos, chupones, sólidos o líquidos antes de 5 meses) había de 12 a 16 meses de amenorrea y de 21 a 25 de espaciamento entre un embarazo y el siguiente (52).

Hay siempre algunos casos de embarazos antes del retorno de la menstruación pero la posibilidad de ser infértil antes de que ella ocurra es de 95%. Si una mujer lactante no quiere correr el riesgo de quedar embarazada, puede

reforzar la infertilidad postparto que le brinda la lactancia natural con un anticonceptivo local. La mujer que amamanta no puede emplear anticonceptivos orales y menos los inyectables.

Medida preventiva contra el carcinoma de mama

Varios autores sostienen que la mujer que amamanta tiene menos posibilidades de presentar cáncer de mama. Dan H. Moore ha visto que el carcinoma de mama es relativamente bajo en las sociedades que alimentan al pecho a sus pequeños (53).

Tenemos que entre los esquimales de Alaska y Groenlandia los casos de cáncer de mama eran hasta hace poco prácticamente inexistentes, y que han aparecido en relación directa con la duración del amamantamiento (54).

En Estados Unidos, que es una sociedad que ha practicado básicamente, la alimentación artificial, durante el último lustro, la mortalidad por cáncer de mama ha sido de 23×100.000 mujeres; frente a un $0,9 \times 100.000$ de Tailandia donde la lactancia natural es la regla (55).

Entre los Tanka del sur de China, las mujeres (que son pescadoras) amamantan siempre, sólo con el pecho derecho, y el 80% de los casos de cáncer de mama entre ellas, ocurren en la mama izquierda (56).

No puede asegurarse que esta mayor incidencia de cáncer de mama se deba sólo al abandono de la lactancia materna. Existen muchos otros factores que pueden causarla como la herencia (siendo las mujeres cuyas madres o hermanas han sufrido cáncer de mama, un grupo de alto riesgo) quizá, factores dietéticos aún no bien estudiados, y el número de embarazos y de meses totales de lactancia.

Sin embargo, los diferentes estudios parecen indicar que la lactancia natural está definitivamente relacionada con la reducción de las posibilidades de cáncer de mama, posiblemente debido a los factores hormonales que la acompañan (57).

Para el niño: facilidad para aprender a hablar, leer y escribir

La lactancia materna contribuye a la habilidad del niño para hablar, seguramente porque al mamar el niño, acelera la maduración de los mecanismos neuromusculares de su boca y quijadas.



Esto es así porque, a diferencia del chupón de plástico del biberón que es duro, el pezón de la madre es suave y flexible y se adapta perfectamente a la boca del pequeño permitiendo el desarrollo total de las estructuras faciales.

El niño tiene que trabajar mucho más para extraer leche de la madre, que del biberón. De este modo acelera la maduración de los mecanismos neuromusculares de sus quijadas y boca, y prepara a ésta y a la lengua para la futura formación de sonidos.

Se ha encontrado igualmente que estos niños presentan más facilidad para aprender a leer y escribir (58).

Desarrollo motor e intelectual

Otras investigaciones reportan, asimismo, que los pequeños que son amamantados tienden a aprender a caminar a edades más tempranas (59).

Woodbury plantea que el coeficiente intelectual es mucho mayor entre los niños que fueron amamantados que entre los que no lo fueron, y que incluso entre los primeros hay una diferencia significativa en relación al tiempo de lactancia natural (60).

Una posible explicación es que la cistina (un aminoácido presente en la leche humana) es decisivo para el desarrollo del cerebro, como ya se decía.

Ventajas psicológicas

Para la madre, estabilidad emocional.

El amamantamiento evita que la madre lactante tenga cambios emocionales bruscos. La prolongación del periodo de amenorrea es en parte la responsable de esta protección contra grandes variaciones en la sensibilidad (61).

También la circulación de prolactina altera en forma positiva el comportamiento materno, a través de su acción sobre los ovarios y, quizá, sobre el cerebro (62).

Cierre del ciclo sexual

Con la lactancia natural la mujer completa su ciclo sexual biológico: menstruación - relaciones sexuales - embarazo - parto - lactancia, y esta última, como cualquier otro aspecto de su sexualidad puede proporcionarle placer físico, si bien la naturaleza sensual del amamantamiento no se reco-

noce en la sociedad occidental (63). Hay quienes aseguran que la supervivencia del ser humano ha dependido de la satisfacción obtenida por los actos voluntarios del ciclo reproductivo: el coito y la alimentación al pecho.

Binomio madre-hijo

Además, la madre siente satisfacción por la respuesta de su hijo, al que ella también necesita. Sus pechos llenos, por ejemplo, experimentan un gran alivio cuando el pequeño, al mamar, los vacía.

Para el niño seguridad e independencia

Para autores como Ashley Montagu, John Bowlby o M. Beran-Brown, entre otros, una buena lactancia natural es sumamente valiosa para el crecimiento emocional del infante (64).

Bostok en 1962, planteó que debido a la relativa estrechez del canal del parto, y al grosor de la cabeza del feto humano éste nace prematuramente. Es decir que, a pesar del largo periodo de gestación los humanos recién nacidos son inmaduros en varios aspectos (por ejemplo son incapaces de buscar alimento por sí mismos, y necesitan calor, contacto y protección materna constante). Decía él, como si siguieran siendo fetos extrauterinos durante alrededor de otros nueve meses. Montagu y D. Jelliffe aceptan esta consideración.

Piensen también que para el niño, el amamantamiento (leche tibia ofrecida con afecto) es lo más parecido a la situación intrauterina y, por tanto, la transición menos traumática de feto intrauterino a feto extrauterino (65).

Al ser amamantado el niño escucha los latidos del corazón de su madre, y pone en juego sus cinco sentidos pues la ve y la escucha, huele y saborea su leche, y puede tocarla y ser tocado por ella. Por ello, si una madre lo hace con gusto, alimentar a su pequeño al pecho, significa garantizarle su amor a la vida (66).

El contacto de piel a piel (que según Montagu es el órgano sensorial más grande con que contamos), juega un papel importante en el futuro desarrollo físico y emocional del infante, aunque esto suele olvidarse en nuestras sociedades tecnológicas y orientadas hacia la máquina, a las que se podría calificar como culturas de «no contacto» (67).

Satisfacción oral y anal

Entre los niños alimentados natural y artificialmente hay variaciones en la satisfacción de diversas necesidades. En los primeros la mitigación del hambre se da de manera casi inmediata; hay más gratificación oral pues el niño satisface plenamente su necesidad de succión, sin necesidad de chupones que presionan el arco dental superior, dejando así poco espacio para los dientes; hay, asimismo, sensaciones anales más gratas pues las deposiciones son más suaves.

Algunos investigadores sostienen que con la lactancia natural la experiencia inicial con la madre es también más satisfactoria y eso tiene relación con la actividad y el aprendizaje, la personalidad y la adaptación (80).

Algunas personas temen que el amamantamiento, especialmente si éste es prolongado, obstaculice la independencia del niño.

Sin embargo, como dice Herbet Ratner, la mejor manera de hacer independiente a un niño es dando respuesta a sus necesidades cuando es dependiente.

Por más simbiótica que sea la relación de madre e hijo, llegará un momento en que el mundo del niño se expandirá, y la madre se convertirá en una parte de éste, ya no en su centro. Habiendo ella también satisfecho su necesidad de afecto, podrá aceptar y alentar la paulatina separación de su hijo (69).

Claro que el amamantamiento por sí mismo no garantiza una buena relación madre hijo/hija, como la alimentación artificial no la impide.

Hay «lactancias artificiales» y «lactancias naturales» de diferente calidad.

Sin embargo, la lactancia natural, si es un auxiliar importante en esta relación.

A manera de conclusión

Todas las ventajas que se han descrito explican porqué, a pesar del apoyo de la ciencia y de la técnica, 100 años de lactancia artificial no han podido igualar (mucho menos superar) al uno o quizá dos millones de años de lactancia natural que las mujeres han brindado a sus hijos a lo largo de la evolución humana.

Después de 3 ó 4 décadas de abandono del amamantamiento, las mujeres están volviendo a esa forma natural de criar a sus hijos.